

Второй компонент здоровьесбережения (деятельностно-прогностический) включает в себя обследование образа жизни и оценку состояния здоровья участников образовательного процесса; разработку и реализацию методологически унифицированных, но лично дифференцированных образовательных программ, нацеленных на самоактуализацию личности посредством здорового образа жизни; использование здоровьесохраняющих целесообразных учебных режимов и педагогических технологий; внедрение организационно-педагогических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей, подростков и студентов в образовательных учреждениях различного типа; здоровьесберегающее сопровождение учебно-воспитательного процесса с дифференцированным выбором образовательных маршрутов дошкольников, школьников и студенческой молодежи и т.д.

Третий компонент здоровьесбережения (потребностно-мотивационный) предполагает создание, поддержание и упрочение ценностно-потребностной мотивации здорового образа жизни; формирование умений и навыков здоровьесберегающей деятельности; разработку индивидуальных маршрутов оздоровления и конструирования здорового образа жизни; формирование культуры здоровья детей, родителей и педагогов посредством форм, методов и средств активного обучения и т.д.

В заключение хотелось бы отметить, что современная система образования представляет собой культурное пространство, направленное на обучение, воспитание и развитие подрастающего поколения. При этом достаточно актуально создание здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях различного типа, что способствует более эффективному формированию культуры здоровья у всех участников образовательного процесса.

Влияние комплексов упражнений с элементами ритмической гимнастики на развитие координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста

И.М. Кременевская, А.Ю. Аввакумов

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Ритмическая гимнастика – традиционный вид гимнастики оздоровительно-развивающей направленности. Привлекая эмоциональностью и подобием современным танцам, ритмическая гимнастика позволяет исключить монотонность в выполнении упражнений и в то же время

способствует развитию всех физических качеств, укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей организма.

Для старшего дошкольного возраста упражнения, выполняемые с музыкальным сопровождением, являются основными, базовыми при овладении двигательной культурой, так как они способствуют формированию правильной осанки, красивой походки, развитию ритмичности и музыкальности, помогают ребенку научиться владеть своим телом, координировать движения.

Свобода, естественность, отсутствие всякого напряжения – вот что должно быть характерно при выполнении детьми музыкально-ритмических движений.

Цель исследования – выявить эффективность влияния упражнений ритмической гимнастики на развитие координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи исследования:

1. Определить уровень координационных способностей у детей старшего дошкольного возраста.

2. Включить упражнения с элементами ритмической гимнастики в физкультурные занятия детей старшего дошкольного возраста.

3. Выявить эффективность разработанных комплексов.

Мы предполагаем, что включение упражнений ритмической гимнастики в физкультурные занятия детей старшего дошкольного возраста будет способствовать развитию координационных способностей.

В исследовании принимали участие две группы детей по 10 человек в каждой: контрольная группа и экспериментальная.

Первый этап был посвящен диагностической деятельности. В обеих группах детям было предложено выполнить 6 упражнений. Три из них – для проверки координации движений рук. Испытуемый начинал движение одной рукой и по команде подключал движение другой рукой в противоположном направлении. Другие три упражнения – для проверки уровня развития координации рук и ног имели разноименный характер выполнения (правая рука-левая нога). Предложенные упражнения нужно было выполнить в различных плоскостях: первое – в сагиттальной, второе – в вертикальной и третье – в горизонтальной. Испытуемым показывали упражнения и словесно поясняли выполнение. По просьбе ребенка показ упражнения повторялся. При оценке не учитывался темп выполнения упражнения и амплитуда движения. Всего предлагалось 3 повторения, оценивался лучший результат. Для подведения итогов выполнения двигательных заданий использовались оценки от 1 до 3 баллов. Правильное одновременное выполнение

оценивалось в 3 балла; одновременное, но правильное – 2 балла; верное выполнение после повторного показа – 2 балла; неверное, симметричное – 1 балл.

На втором этапе исследования в физкультурные занятия экспериментальной группы включали комплексы упражнений с элементами ритмической гимнастики. Выучив с детьми простое движение, добавляются различные элементы с подключением рук, плеч, головы. Под воздействием музыки движения становятся более четкими, ритмичными, координированными.

На третьем этапе вновь была проведена диагностика координационных способностей детей обеих групп.

Сравнительный анализ результатов тестирования показал положительные сдвиги в уровне координационных способностей экспериментальной группы. Количество правильно выполненных упражнений увеличилось на 43%. Разумеется, положительные изменения произошли и в контрольной группе. Количество правильно выполненных упражнений увеличилось на 19%. Однако темп прироста в экспериментальной группе значительно выше.

В результате проведенного исследования: был определен уровень координационных способностей детей старшего дошкольного возраста, в физкультурные занятия экспериментальной группы были включены упражнения с элементами ритмической гимнастики и в результате повторного тестирования, выявилась эффективность разработанных комплексов.

Таким образом, ритмическая гимнастика – прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания ребенка.

Процессы экологизации в Качканарском Центре образования «Урал»

М.Н. Сульгина
Качканарский Центр образования «Урал»,
г. Качканар

Экологическая проблема является одной из важнейших глобальных проблем современности, затрагивающих интересы всего общества. В решении данного вопроса огромную роль играет образование. При этом практическая реализация теоретически проработанных концептуальных аспектов экологизации образования значительно затруднена, подтверждением чего являются тенденции, выявленные в ходе исследования